



# SAUT HONNEUR



# CHAMPIONNAT TERRITORIAL U.G.S.E.L. DE GYMNASTIQUE FÉMININE

NOM : Prénom : Benjamine Minime Cad/Junior

Établissement:

SAUT A0 / 6



Pose de genoux, puis accroupi → saut vertical.

SAUT A1 / 8



Pose de pieds, saut vertical.

SAUT B / 10



Saut par franchissement groupé ou écart.

CHOIX SAUT 1:	
CHOIX SAUT 2:	

Phase d'appui:	Saut 1	Saut 2
Fautes de pieds - 0,1		
Jbes écartées, fléchies → 0,3		
Corps cambré, cassé → 0,3		
Alignement bras-tronc → 0,3		
Faute d'axe → 0,3		
Touche de l'engin - 0,2		
Appui trop long → 0,5		
Appui bras fléchis → 0,3		

2ème envol:	Saut 1	Saut 2
Fautes de pieds - 0,1		
Jbes écartées, fléchies → 0,3		
Corps cambré, cassé → 0,3		
Alignement bras-tronc → 0,3		
Envol bas → 0,5		

1er envol:	Saut 1	Saut 2
Fautes de pieds - 0,1		
Jbes écartées, fléchies → 0,3		
Corps cambré, cassé → 0,3		
Alignement bras-tronc → 0,3		
Groupé ou écart trop tôt (saut B) → 0,3		
Envol bas → 0,5		

SAUT 1	
SAUT 2	

Réception	Saut 1	Saut 2
Réception non stabilisée → 0,3		
Faute d'axe → 0,3		
Chute - 0,5		

NOTE FINALE:	
--------------	--